

A woman in equestrian attire, including a dark polo shirt with 'Morris Sport' branding, dark breeches, and a helmet, is riding a dark brown horse. The horse is in motion, possibly performing a dressage movement, in an outdoor arena with a wooden fence and trees in the background. The overall scene is captured in a professional, artistic style.

Kurd Albrecht
von Ziegner

UJEŹDŹENIE

FUNDAMENT JEŹDZIECTWA

KONCEPCJA DRZEWA TRENINGOWEGO

GALAKTYKA

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA.....	7
1. WSTĘP	8
2. NIEZMIENNE ZASADY	9
3. DRZEWO TRENINGOWE	14
4. ROZLUŻNIENIE.....	21
5. REGULARNOŚĆ	33
6. SWOBODA (RUCHU).....	38
7. KONTAKT.....	40
8. USTAWIENIE NA POMOCE.....	44
9. WYPROSTOWANIE.....	56
10. RÓWNOWAGA.....	67
11. PRZEPUSZCZALNOŚĆ	72
12. IMPULS	74
13. ZEBRANIE.....	76
14. PRZEMYŚLENIA NA TEMAT FIGUR NA UJEŹDŻALNI	82
15. PRZEMYŚLENIA NA TEMAT RUCHÓW SZKOLNYCH	87
16. POCHYŁA UJEŹDŻALNIA.....	93
17. PRZEJŚCIA	96
18. KONKURS ŚWIĘTEGO JAKUBA.....	100
19. CHODY BOCZNE	104
20. LOTNA ZMIANA NOGI W GALOPIE.....	120
O AUTORZE	124

PRZEDMOWA

Pułkownika Kurda Albrechta von Ziegnera poznałam podczas jednego z seminariów odbywających się co roku w Tristan Oaks pod auspicjami Amerykańskiej Federacji Ujeżdżeniowej. Pułkownik jako obserwator przez cały dzień oglądał sesje szkoleniowe. Zauważył, że jakiś młody koń sprawiał jeźdźcovi problemy. Pod koniec dnia pułkownik von Ziegner spytał, czy może wsiąść na tego konia. Uzyskawszy zgodę, dosiadł wierzchowca i zaczął na nim stępować na miękkim kontakcie. Koń rozluźnił się i zaczął reagować na pomoce. W kłusie prezentował bardzo ładny ruch. Ponieważ nie uwierzyłam, nie zobaczywszy tego na własne oczy, chciałam wykorzystać okazję i dowiedzieć się czegoś więcej o tym człowieku. Podczas długiej rozmowy przekonałam się, że nasze poglądy na szkolenie koni są bardzo zbliżone. Byłam pod wrażeniem jego klasycznych metod i empatii wobec koni.

W następnych latach spotykałam pułkownika von Ziegnera na różnych kursach. Jego pomoc w rozwiązywaniu różnych problemów była zawsze bardzo skuteczna, a efekty okazywały się korzystne zarówno dla jeźdźcy, jak i konia. Ze zdumieniem obserwowałam łatwość, z jaką dokonywał w nich zmian.

Pułkownik von Ziegner przedstawił naszym jeźdźcom dwie użyteczne koncepcje. Pierwszą z nich było „drzewo treningowe”, które ukazywało w systematyczny sposób prawidłowe etapy podczas szkolenia koni, a także element czasu, niezbędny w procesie uczenia się. Według von Ziegnera prawidłowo wyszkolony koń powinien równie dobrze wykonywać zaawansowane, jak i podstawowe elementy ujeżdżenia. Drugim projektem pułkownika był Konkurs Świętego Jakuba. Rozwinęliśmy ten pomysł i stosujemy go dziś na zawodach w miejscach, gdzie pułkownik zrobił wiele dobrego, pracując z jeźdźcami i końmi.

Przez wiele lat obserwowania pracy pułkownika von Ziegnera w Stanach Zjednoczonych dowiedziałam się dużo o jego jeździeckiej filozofii. Nabrałam szacunku dla jego zdolności uświadamiania adeptów jeździectwa, czym powinno być szkolenie ujeżdżeniowe. Jestem przekonana, że ta książka upowszechni jego myśli i przyczyni się do lepszej edukacji naszych jeźdźców ujeżdżeniowych.

*Violet Hopkins
Tristan Oaks
White Lake, Michigan*

WSTĘP

Wszyscy wiedzą, że ujeżdżenie nie polega na uczeniu koni cyrkowych sztuczek. Jest to szkolenie ciała i umysłu konia oraz jeźdźca, którego celem jest osiągnięcie pełnej harmonii między nimi. Szkolenie takie jest samo w sobie fascynujące, ale to ciężka praca, wymagająca samodyscypliny i sprawiedliwości względem konia.

Idee zawarte w tej książce oraz koncepcja drzewa treningowego nie są żadną „nową szkołą”. Moim celem jest pomoc trenerom i jeźdźcom w lepszym zrozumieniu niemieckiego sposobu szkolenia koni, który podkreśla wagę zbudowania solidnych podstaw. To systematycznie prowadzone podstawowe szkolenie pozwala koniowi później osiągnąć sukcesy na zawodach międzynarodowych.

Niemieckie podejście do szkolenia koni – praktykowane w większości krajów – także nie jest nową szkołą, lecz rozwinięciem klasycznej szkoły jazdy, stworzonej przez dawnych mistrzów. Można się z nim zapoznać w *Deutsche Reitlehre*, oficjalnym podręczniku dla niemieckich instruktorów jeździectwa, przetłumaczonym na język angielski jako *The Principles of Riding and Advanced Techniques of Riding*.

Niniejsza książka ma być uzupełnieniem owego standardowego niemieckiego podręcznika, choć między obiema pozycjami występują ważne różnice. Koncepcja drzewa treningowego powstała na podstawie 50 lat moich doświadczeń w szkoleniu koni i jeźdźców. W tym czasie przekonałem się, że pewne

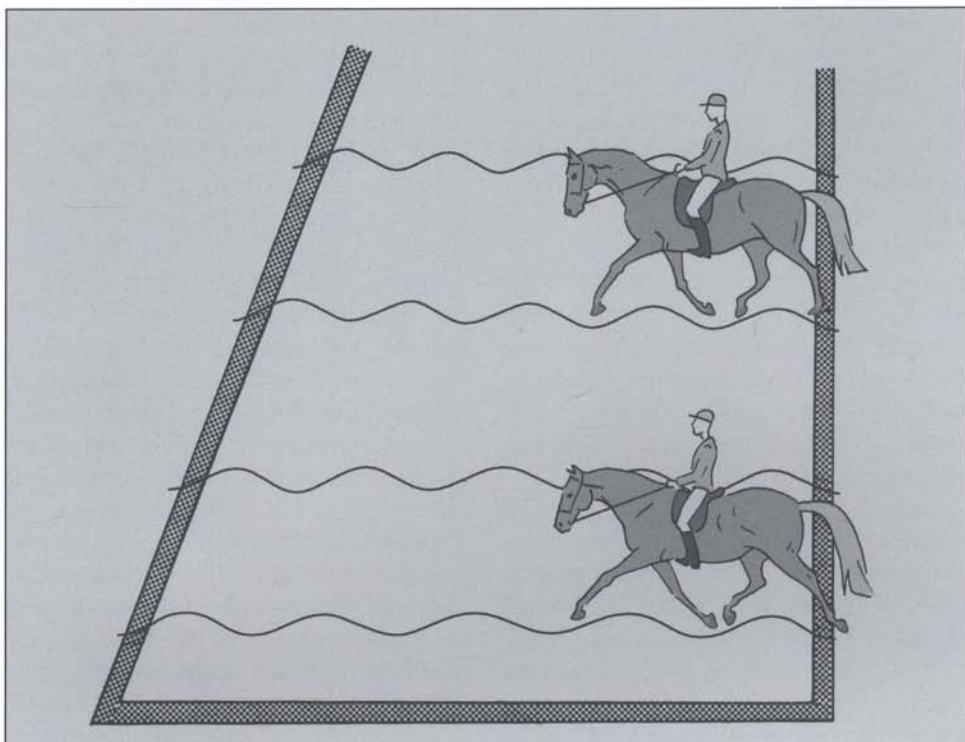
aspekty niemieckiej skali szkoleniowej muszą być ponownie przemyślane i pod pewnymi względami zmienione, choć sam przyczyniłem się do tworzenia i wdrażania tej skali. Efektem mojej życiowej pracy i przemyśleń jest jednak drzewo treningowe, o którym wspomniałem po raz pierwszy w wydanej w Stanach Zjednoczonych książce *Basics*.

Celem drzewa treningowego jest uproszczenie i wyjaśnienie złożonych kwestii szkolenia koni. Dzięki niemu czytelnik powinien poznać odpowiedzi na następujące pytania:

- Jakie są podstawowe elementy ujeżdżenia?
- Jak je wypracować?
- W jakiej kolejności rozwijać te elementy w trakcie szkolenia?
- Jaki jest cel ćwiczeń i figur szkolnych?
- Kiedy są one użyteczne, a kiedy szkodliwe?
- Jak nauczyć konia poszczególnych elementów?

Poradnik *Ujeżdżenie – fundament jeździectwa* pomoże wyjaśnić nieporozumienia narosłe wokół szkolenia koni. Jest on uzupełnieniem wspomnianych powyżej standardowych podręczników i przewodnikiem dla każdego, kto chce wyszkolić młodego konia do najwyższych poziomów ujeżdżenia, skoków przez przeszkodę czy WKKW.

Jest to zadanie czasochłonne, jednak w szkoleniu podstawowym dłuższa droga okazuje się w rezultacie krótszą, ponieważ warunkiem i kluczem do sukcesu jest zdrowie fizyczne i psychiczne konia.



Ryc. 24. Wydłużenie wykroku oznacza wydłużenie fal wywołanych kołysaniem grzbietu. Na rysunku powyżej widać pięć kroków w kłusie roboczym (górny rysunek) oraz wydłużenie wykroku (dolny). Koń reaguje na dosiad i nie zmienia tempa

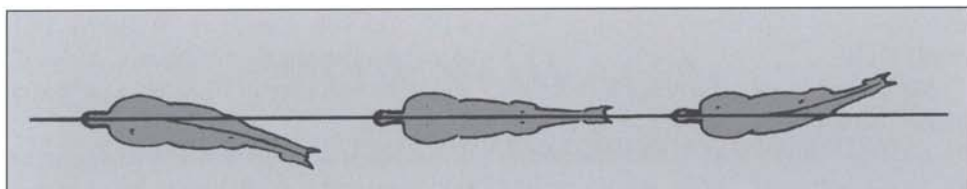
grzbiecie i wyrafinowania pomocy na koniu czułym na dosiad.

Niekiedy na zawodach w ujeżdżeniu spotyka się jeźdźców startujących w wyższych klasach, którzy nie są w stanie wysiedzieć kłusa wyciągniętego. Koń ma spięty grzbiet i jest niewygodny do jazdy. Jego grzbiet nie faluje, a wydłużenia chodów zdają się torturą zarówno dla jeźdźcy, jak i dla konia.

Konie tzw. legmoovers, to znaczy „wymachujące” nogami, z usztywnionym nie „falującym” grzbietem, nie są zadowolone z obecności jeźdźcy na swoim grzbiecie i równocześnie z pewnością są niewygodne

do jazdy. W wyższych klasach spięty grzbiet wskazuje na *poważne braki w wyszkoleniu podstawowym* i należy to traktować jako wykroczenie przeciwko zasadom klasycznego ujeżdżenia. Dobrzy sędziowie powinni wiedzieć, co z tym zrobić.

Kłus wydłużony musi być główną atrakcją przejazdu w konkursie wyższej klasy ujeżdżenia. Po ćwiczeniach w zebraniu możliwość „pofrunięcia” naprzód jest *ulgą* dla konia. Jeździec musi jedynie pozwolić mu na pokazanie pełni jego możliwości, żeby wszyscy – koń, jeździec, sędziowie i widzowie – mogli się tym nacieszyć.



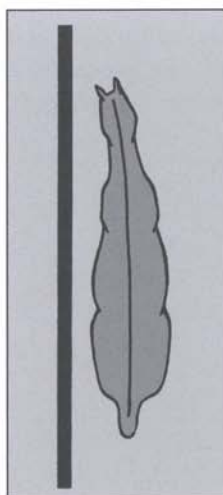
Ryc. 40. Łopatką do przodu na linii środkowej. Dopasowując przód do zadu, jeździec przestawia prawą, a następnie lewą łopatkę w przód; tylne nogi pozostają na swoich śladach

Aby móc pracować nad wyprostowaniem, koń musi reagować na pomoce (element 5 przed elementem 6).

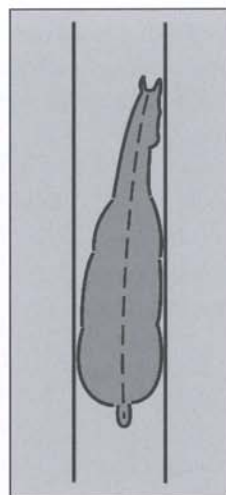
Praca nad wyprostowaniem obejmuje **jazdę w ustawieniu**. Koń, który nie jest prosty, idąc wzdłuż ściany ujeżdżalni ma tendencję do wpadania do środka lub wypadania na zewnątrz łopatką (ryc. 38). Wyobraź sobie, że pierwszy wagon pociągu się wykołaja. Moc silnika zostaje zablokowana i nie może prawidłowo przepływać. Pęd naprzód jest ograniczony. Aby sprowadzić konia z powrotem „na tory”, musimy *dopasować przód do zadu*, co jest podstawową zasadą ujeżdżenia! Ustawiamy wewnętrzną łopatkę konia przed jego wewnętrzną tylną nogą, żeby obydwie nogi szły *po jednym śladzie*. Dopasowując przód do zadu (a nie odwrotnie), respektujemy wyższość zadu, z którego pochodzi cała siła napędowa.

Jadąc w ustawieniu, jeździec powinien czuć zwiększoną reakcję nogi wewnętrznej. Głowa konia jest lekko skrócona w potylicy do wewnątrz, tak że jeździec widzi brwi wewnętrzznego oka i chrapę wewnętrzną (jak w ustępowaniu od łydki). W galopie koń jest zawsze ustawiony do wewnątrz.

Następnym krokiem przy prostowaniu konia jest ćwiczenie **łopatką do przodu**. Jest ono trudniejsze, ale jego efekt jest większy od jazdy w ustawieniu. Umieszczamy wewnętrzną łopatkę nieco dalej do wewnątrz, tak że



Ryc. 41. Pozycja odwrócona w celu rozciągnięcia prawej strony



Ryc. 42. Jazda w ustawieniu (prawym): wewnętrzne biodro, łopatką, rżęsy/chrapy znajdują się na „prawym torze”

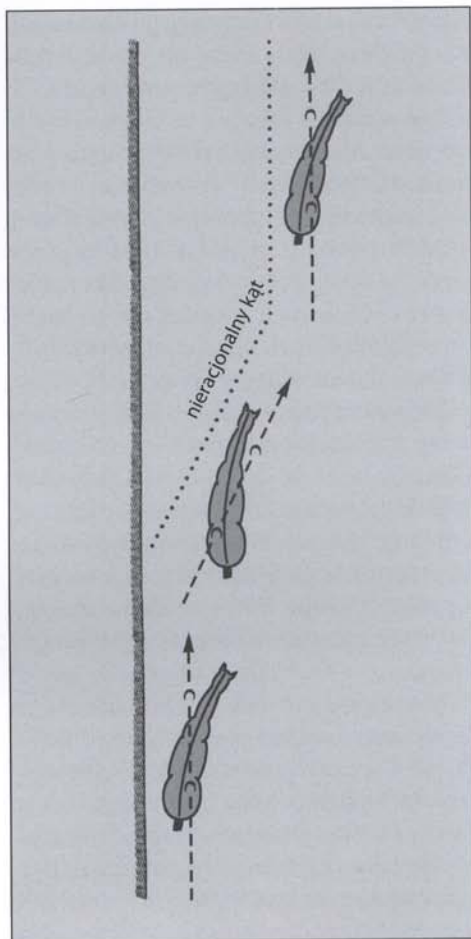
wewnętrzne przednie kopyto kroczy po osobnym śladzie. To ćwiczenie jest bezużyteczne, a nawet szkodliwe, jeśli jeździec po prostu ciągnie szyję konia do wewnątrz (częsty błąd). Ciało konia musi być bardzo lekko zgięte do wewnątrz. Szyja stanowi jedynie część jego łuku. Wewnętrzne tylne kopyto staje między śladami przednich kopyt (ryc. 39).

Łopatką do przodu także przygotowuje konia do ćwiczenia łopatką do wewnątrz, które możemy zacząć stosować pod koniec drugiego roku szkolenia podstawowego pod-



Ryc. 68. Ciąg na poziomie Grand Prix. Koń jest w optymalnym zgięciu bocznym, porusza się w stronę, w którą skierowana jest jego głowa, „naprzód”. Linia przepływu energii jest efektywna. Isabell Werth na Antony FRH

kursach klasy czwartej kąt ten może sięgać 40 stopni, co odpowiada walcie o średnicy 6 metrów i jest maksymalnym zgięciem, jakie jest w stanie zaprezentować w pełni wyszkolony koń ujeżdżeniowy. Oznacza to, że zgodnie ze wspomnianymi dwoma kryteriami linia K-B jest najkrótszą przekątną, po której można wykonać ciąg na czworoboku o wymiarach 20 x 60 metrów. Kąt ruchu jest wówczas zbliżony do 40 stopni, co jest granicą możliwości fizycznych nawet najlepiej wyszkolonego konia ujeżdżeniowego. Większy kąt, jak na przykład linia K-P, nie jest racjonalny, ponieważ natura nie wyposażyla



Ryc. 69. Łopatką do wewnątrz – ciąg – łopatką do wewnątrz.

To zmiany o dużej wartości szkoleniowej. Linia przepływu energii zmienia się, ale zgięcie boczne i zgięcie szyi pozostają niezmiennie

koniamu w umiejętności wykonywania szpagatu. Wielu jeźdźców wykonujących programy dowolne powinno o tym pamiętać.

Odwieczna dyskusja na temat tego, czy w trakcie ciągu koń powinien się poruszać po trzech czy czterech śladach, jaki kąt ruchu należy uzyskać, czy prowadzić powinien przód,

Kurd Albrecht von Ziegner stworzył narzędzie niezbędne dla każdego jeźdźcy, chcącego szkolić młodego konia do dyscypliny ujeżdżenia, WKKW lub skoków przez przeszkody.

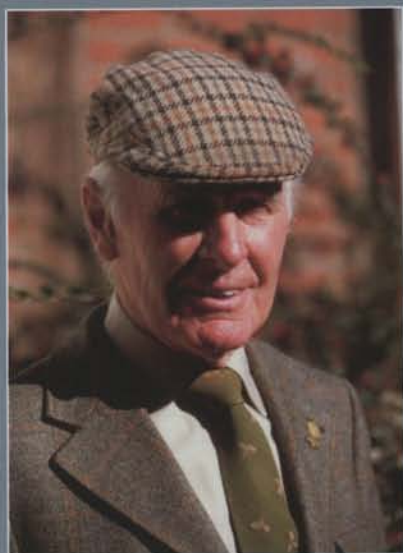
Koncepcja „drzewa treningowego”, przedstawiona w tej książce, jest łatwa do zrozumienia i nad wyraz logiczna. Omawia dziesięć podstawowych elementów klasycznego szkolenia konia i wyjaśnia, w jakiej kolejności należy je realizować.

Autor w zrozumiały sposób tłumaczy, jak trenerzy i jeźdźcy mogą pracować nad elementami ujeżdżeniowymi, spokojnie i logicznie budując solidne podstawy wyszkolenia wierzchowca, który będzie zrównoważony zarówno pod względem fizycznym, jak i umysłowym.

Ta książka pomoże nauczyć konia spokoju i ufności oraz dobrze przygotować go do pracy i startów w zawodach na najbardziej zaawansowanych poziomach.

Na szczęście dla koni oraz ich prawdziwych miłośników, odchodzi w niebyt era zachłystywania się cyrkowymi sztuczkami, wymuszonymi brutalnym rollkurem, a wraca prawdziwe ujeżdżenie. Coraz częściej na czworobokach można oglądać konie ujeżdżone według zasad wypracowanych przez wiele pokoleń wspaniałych jeźdźców, poczynając od tych, którzy w XVIII wieku uprawiali sztukę ujeżdżenia, po mistrzów z XX wieku. Ta książka jest niezwykle cenną pomocą dla wszystkich jeźdźców i trenerów, a w szczególności dla tych, którzy chcą, by ich koń się rozwijał i stawał jeszcze wspanialszym, szczęśliwym atletą.

Wojciech Mickunas



Kurd Albrecht von Ziegner jest znany w świecie jeździeckim głównie jako trener odnoszący sukcesy. Stworzył koncepcję „drzewa treningowego” oraz Konkurs Świętego Jakuba, łączącego najważniejsze podstawowe wymagania stawiane koniom ujeżdżeniowym z wytycznymi Konkursu Świętego Jerzego.

ISBN 978-83-7579-410-6



9 788375 794106

Cena: 39,90 zł (w tym 5% VAT)

www.galaktyka.com.pl